

INFLUÊNCIA DA DIETA VEGETARIANA NA SAÚDE PERIODONTAL (APOIO UNIP)

Aluno: Alex Henrique da Silva Feitoza

Orientadora: Profa. Dra. Carolina Vieira de Mello Barros Pimentel

Curso: Nutrição

Campus: Vergueiro

Diversos estudos avaliam os benefícios da dieta vegetariana para a saúde humana; este tipo de dieta está associado à diminuição de doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão, diabetes tipo 2, hipercolesterolemia, obesidade, câncer e doenças cardiovasculares. Porém, a literatura científica é escassa de estudos que avaliam a relação entre a dieta vegetariana e a saúde bucal. Este trabalho teve como objetivo relacionar a dieta vegetariana com a saúde periodontal, para isso foram selecionados 74 indivíduos de ambos os sexos e diferentes idades, que foram classificados de acordo com suas dietas: ovo-lacto-vegetariana, lacto-vegetariana, vegana e onívora. Dos 74 indivíduos, 62,2% (n = 46) eram do sexo feminino e 37,8% (n = 28) do sexo masculino; 35,1% (n = 26) eram ovo-lacto-vegetarianos, 14,9% (n = 11) veganos, 2,7% (n = 2) lacto-vegetarianos e 47,3% (n = 35) onívoros, com idade média de 34,4 anos de idade (\pm 9,6 anos), ou seja, indivíduos adultos. O sangramento gengival foi utilizado como indicador para avaliar a saúde periodontal. Neste trabalho, o tipo de dieta apresentou correlação positiva com a condição periodontal avaliada, sendo observada maior incidência de sangramento gengival no grupo dos onívoros. Os indivíduos onívoros avaliados apresentaram maior nível de sangramento gengival quando comparados aos vegetarianos, sugerindo uma relação negativa entre o consumo de carnes e a saúde periodontal em nossa amostra. No entanto, a idade dos voluntários e o tempo de vegetarianismo podem ser responsáveis pelas diferenças encontradas, tornando necessário o desenvolvimento de outras amostras e análises. Além disso, deve-se considerar que vegetarianos não só estão evitando a carne em sua alimentação, mas também na sua maioria são caracterizados por terem um estilo de vida mais saudável.